

Нельзя говорить агрессору, что он плохой. Как ребенку противостоять буллингу – в методичке для детей.

Увы, с травлей может столкнуться и отличник, и главная красавица класса, и лучший футболист школы. Однако не все дети, которых одноклассники пытаются сделать «козлами отпущения», соглашались ими быть. Часть успешно сопротивляется.

Ребенок может убедить группу в том, что в ней он играет другую социальную роль: например, спокойного олимпийца, оппозиционного лидера или эксперта в какой-то области.

Если дети про это внимательно подумают, им проще будет реагировать правильно.

НЕПРАВИЛЬНО

Спорить («Я совсем не толстый, просто крупный», «Это новая кофточка, самая модная, ты просто не понимаешь»)

Отвечать тем же («Ты сам дурак!», «Ты сама с помойки»)

Угрожать («Я все расскажу учительнице!», «вы у меня получите!»)

Делать вид, что не слышишь, но при этом краснеть и прятать глаза

Делать вид, что тебе смешно, если это не так убежать и прятаться

Плакать и жаловаться

Бросаться в драку и вообще пытаться непременно все это остановить.

ПРАВИЛЬНО

Пожать плечами («Может, и так»)

Улыбнуться («Я так рад, что вам весело!»)

Перевести внимание на обидчиков («Да, я знаю, что тебе нравится так говорить»)

Задать встречный вопрос («Тебе хочется так думать?»)

Согласиться («Да, у меня полно недостатков, ты верно заметил»)

Дать разрешение («Ты можешь так думать, если хочешь»)

ЧТО МОЖНО СДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТРАВЯТ ДРУГИХ

Если травля – это болезнь группы, лечить ее надо тоже всем вместе.

Достаточно хотя бы нескольким ребятам договориться, что они больше не будут пассивно смотреть, как над кем-то издеваются.

-  **Сказать:** «Это не круто. Это глупо. Прекратите»
-  **Подойти** к тому, кого обижают, и сказать ему: «Не слушай, это они сдуру»
-  **Поговорить с агрессорами** и сказать, что вам это не нравится, и если они не прекратят, вы расскажете взрослым
-  **Попросить учителя помочь** вам справиться с травлей в классе



НЕПРАВИЛЬНО

- ✘ **Спорить** («Я совсем не толстый, просто крупный»,
«Это новая кофточка, самая модная, ты просто не понимаешь»)
- ✘ **Отвечать тем же** («Ты сам дурак!», «Ты сама с помойки»)
- ✘ **Угрожать** («Я все расскажу учительнице!», «вы у меня получите!»)
- ✘ Делать вид, что не слышишь, но при этом **краснеть и прятать глаза**
- ✘ Делать вид, что тебе смешно, если это не так убежать и прятаться
- ✘ **Плакать и жаловаться**
- ✘ **Бросаться в драку**
и вообще пытаться непременно все это остановить.



ПРАВИЛЬНО

- ✓ **Пожать плечами** («Может, и так»)
- ✓ **Улыбнуться** («Я так рад, что вам весело!»)
- ✓ **Перевести внимание на обидчиков**
(«Да, я знаю, что тебе нравится так говорить»)
- ✓ **Задать встречный вопрос**
(«Тебе хочется так думать?»)
- ✓ **Согласиться** («Да, у меня полно недостатков, ты верно заметил»)
- ✓ **Дать разрешение**
(«Ты можешь так думать, если хочешь»)

Смысл любых правильных реакций –

показать, что то, что происходит – их дело, а не твое. Это они тут что-то думают, чего-то хотят, скачут-прыгают-кричат, какие-то имеют мнения и интересы.

Ты этим если и интересуешься, то из вежливости.